



2024年12月度 あしたかミス / 大人のスクール

♡参加するレッスンにおちご予約ください♡ 予約先：愛鷹広域公園 TEL:055-924-8878

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
						1
2 /ルティック 14:15-15:15 役員室1	3 ホ-ルエクササイズ&ひめし 10:00-11:00 役員室1	4 おし-チ-ズ 13:30-14:30 役員室1 脳トレ 14:45-15:45 役員室1	5 テ-ニ-ス 11:15-12:15 役員室1	6	7	8
9 本館 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室1	10 ホ-ルエクササイズ&ひめし 10:00-11:00 野球場会議室	11 おし-チ-ズ 13:30-14:30 役員室1 脳トレ 14:45-15:45 役員室1	12 テ-ニ-ス 11:15-12:15 役員室1	13	14	15
16 本館 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室1	17 ホ-ルエクササイズ&ひめし 10:00-11:00 野球場会議室	18 おし-チ-ズ 13:30-14:30 役員室1 脳トレ 14:45-15:45 役員室1	19 テ-ニ-ス 11:15-12:15 役員室1	20	21	22
23 本館 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室1	24 ホ-ルエクササイズ&ひめし 10:00-11:00 役員室1	25	26 テ-ニ-ス 11:15-12:15 役員室1	27	28	29
30 年末休業	31 年末休業					

お知らせ

- ・12/10多目的競技場でマラソン大会があります、駐車場が多少混雑するかもしれません。(雨天:12/17) 10日に実施できれば17日は野球場会議室⇒多目的競技場 役員室1に変更になる予定です。
- ・マット等、数に限りがありますので必ずご予約ください



2025年1月度 あしたかミス / 大人のスクール

♡参加するレッスンにおちご予約ください♡ 予約先：愛鷹広域公園 TEL:055-924-8878

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
		1	2	3	4	5
		年始休業	年始休業			
6 本館 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室1	7 ホ-ルエクササイズ&ひめし 10:00-11:00 役員室1	8 おし-チ-ズ 13:30-14:30 役員室1 脳トレ 14:45-15:45 役員室1	9 テ-ニ-ス 11:15-12:15 役員室1	10	11	12
13 本館 13:00-14:00 野球場会議室 /ルティック 14:15-15:15 野球場会議室	14 ホ-ルエクササイズ&ひめし 10:00-11:00 役員室1	15 おし-チ-ズ 13:30-14:30 役員室1 脳トレ 14:45-15:45 役員室1	16 テ-ニ-ス 11:15-12:15 役員室1	17	18	19
20 本館 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室1	21 ホ-ルエクササイズ&ひめし 10:00-11:00 役員室1	22 おし-チ-ズ 13:30-14:30 役員室1 脳トレ 14:45-15:45 役員室1	23 テ-ニ-ス 11:15-12:15 役員室1	24	25	26
27 本館 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室1	28 ホ-ルエクササイズ&ひめし 10:00-11:00 役員室1	29	30 テ-ニ-ス 11:15-12:15 役員室1	31		